ابتکار
روزنامه صبح ایران
روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، فرهنگی صبح ایران
صاحب امتیاز و مدیر مسئول:
محمدعلی وکیلی
دفتر مرکزی: تهران، زرتشت غربی
نرسیده به بیمارستان مهر، پلاک ۶۶، طبقه دوم
تلفن: ۸۸۹۷۵۷۱۰-۸۸۹۹۴۶۰۹
فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹
سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۶۰۰۰۴۰۴۰۰۰
ebtekarnews@gmail.com
سازمان آگهی ها:
بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و گلستان شمالی، ساختمان فربد، پلاک ۲۵۸، واحد یک
۴۴۰۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۷
سازمان شهرستان‌ها: ۰۹۱۲۲۷۱۷۵۰۳
توزیع: شرکت نشرگسترامروز - ۶۱۹۳۳۰۰۰
چاپ: صمیم / ۳-۶۵۵۸۶۸۰۱
یکشنبه / ۱۰ تیر ۱۴۰۳ / شماره ۵۶۷۳
۲۳ ذی‌الحجه ۱۴۴۵ - ۳۰ ژوئن ۲۰۲۴
سال بیستم / ۱۲ صفحه

سبک زندگی

قدرت شفابخش یا آسیب‌زننده کلمات

یک روانشناس شخصیت گفت: کلمات می‌توانند زخم بزنند یا التیام ببخشند.

پریدخت زند روانشناس شخصیت در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران جوان اظهار کرد:کلمات می‌توانند زخم بزنند یا التیام ببخشند. کلمات مهربان اضطراب را کاهش می‌دهند، اما کلمات تحقیرآمیز احساسات منفی ماندگاری ایجاد می‌کنند. انتخاب دقیق کلمات بر سلامت روانی دیگران تأثیرگذار است. کلمات می توانند تأثیر عمیقی بر روان و احساسات افراد بگذارند.کلمات توهین‌آمیز و تحقیرکننده مانند سلاح‌های جنگی عمل می کنند و اثرات مخرب عمیقی بر روان افراد می گذارند. افراد ممکن است حتی پس از ده‌ها سال از شنیدن کلمات نامناسب، همچنان از بار احساسی منفی آنها رنج ببرند. بسیاری از افراد مسن گزارش می‌دهند که کلمات تحقیرآمیز دوران کودکی را به‌وضوح به یاد دارند و احساسات منفی مرتبط با آنها را تجربه می‌کنند.این موضوع یعنی تا آخر عمر همراه ما خواهند بود.کلمات منفی می‌توانند باعث ایجاد احساس کم‌ارزشی و ناراحتی در فرد شوند که ممکن است برای مدت طولانی باقی بماند.

تأثیرات مثبت کلمات

او گفت: استفاده از کلمات مهربان و غیرقضاوتی می‌تواند اضطراب، ترس و حس تنهایی افراد را کاهش دهد.کلمات دلگرم‌کننده می‌توانند به فرد احساس اعتماد و عزت نفس بدهند و او را به ریسک‌پذیری سالم ترغیب کنند.

نکات کلیدی در استفاده از کلمات

زند بیان کرد: قبل از بیان کلمات باید در مورد آنها فکر کنیم. کلماتی که بیان می‌کنیم می‌توانند تأثیرات ماندگاری بر مخاطب داشته باشند. حتی رفتارهای غیرکلامی مانند ریشخند زدن نیز می‌توانند اثرات مخربی داشته باشند.کلمات ما مانند یک قاب عکس بزرگ روی دیوار ذهن فرد باقی می‌مانند و تصویری از شخصیت و نحوه رفتار ما به‌جا می‌گذارند.

اهمیت مهربانی و شفقت

او ادامه داد: در روابط بین فردی، هر چقدر کلمات و رفتارها با شفقت و مهربانی همراه باشند، احتمال ایجاد ارتباطات مثبت و سالم بیشتر خواهد بود. رفتار و کلمات ما می‌توانند تأثیرات بلندمدتی بر سلامت روانی و عاطفی افراد داشته باشند.

مثال‌هایی از تأثیرات کلمات

زند تصریح کرد: مطالعات نشان داده‌اند که افراد مسن می‌توانند به‌طور دقیق کلمات تحقیرآمیزی که در دوران کودکی شنیده‌اند را به یاد بیاورند و همچنان از بار احساسی آنها رنج ببرند. در زندگی روزمره، کلمات مثبت و دلگرم‌کننده می‌توانند انگیزه و اعتماد به نفس افراد را افزایش دهند، در حالی که کلمات منفی و تحقیرآمیز می‌توانند به افسردگی و اضطراب منجر شوند. کلمات و رفتارهای مهربانانه اثری می گذارند تا بتوانیم تأثیرات مثبت و شفابخش بر روی دیگران داشته باشیم و از ایجاد زخم‌های روانی جلوگیری کنیم.

عکس‌نوشت

خسارات سیل در سواد کوه

عکس: مهدی محبی پور / ایرنا

ماشین بازی

رنو گرند کولئوس، شاسی‌بلند ساخت کره بر اساس جیلی زینگیوئه!

رنو گرند کولئوس کراس‌اوور جدیدی برای بازار کره جنوبی است که بر اساس پلت‌فرم جیلی ساخته شده و با پیشرانه‌های بنزینی و هیبریدی این شرکت چینی عرضه می‌شود.

بخش کره‌ای رنو در نمایشگاه خودروی بوسان ۲۰۲۴ از کراس‌اوور جدیدی با نام گرند کولئوس پرده‌برداری کرده است. این اولین محصول جدید رنو کره طی چهار سال گذشته محسوب می‌شود و زیرمجموعهٔ کره‌ای شرکت فرانسوی قصد دارد با وجود حضور قدرتمند رقبای داخلی یعنی کیا و هیوندای، سهم خود از بازار کره جنوبی را افزایش دهد. گرند کولئوس اما در اصل بر اساس کراس‌اوور جیلی زینگیوئه L ساخته شده است. همکاری بین رنو و جیلی در سال ۲۰۲۲ آغاز شد یعنی زمانی که شرکت چینی یک‌سوم سهام رنو کره را خرید و سپس دو شرکت جوینت ونچری را با هدف توسعه و تولید سیستم‌های قوای محرکه ایجاد کردند.

رنو قصد دارد مجموعه‌ای از خودروها که تحت عنوان پروژهٔ آرورا شناخته می‌شوند را بر اساس پلت‌فرم‌های جیلی برای بازار کره جنوبی تولید کند. فعلاً مشخص نیست که این خودروها در خارج از کره هم عرضه خواهند شد یا نه. اولین محصول این پروژه، گرند کولئوس است که بر اساس پلت‌فرم CMA ساخته شده است. این پلت‌فرم به‌طور مشترک توسط جیلی و ولوو توسعه پیدا کرده و هم‌اکنون در خودروهای مختلفی مثل ولوو XC۴۰، جیلی اطلس، جیلی زینگیوئه L، لینک اند کو ۰۱، لینک اند کو ۰۳ و... مورداستفاده قرار می‌گیرد.

گرند کولئوس با ۴,۷۸۰ میلی‌متر طول و فاصلهٔ محوری ۲,۸۲۰ میلی‌متر، بزرگ‌تر از کولئوس قبلی است و از لحاظ ابعاد به کیا سورنتو نزدیک خواهد بود؛ اما با وجود این اندازهٔ بزرگ، کراس‌اوور جدید رنو در داخل فقط دو ردیف صندلی دارد هرچند که به گفتهٔ رنو، فضای پای عقب آن در کلاس خود بهترین خواهد بود. گرند کولئوس در بیرون شباهت زیادی به جیلی زینگیوئه دارد و تناسبات و طراحی کلی چراغ‌های جلو و عقب دو خودرو شبیه به هم به نظر می‌رسد اما گفته شده تمام پانل‌های بیرونی کراس‌اوور رنو با همتای چینی متفاوت هستند.

گرند کولئوس در داخل اما کاملاً با زینگیوئه یکسان است و از همان داشبورد کراس‌اوور چینی با سه صفحه‌نمایش ۱۲.۳ اینچی شامل صفحه آمپر دیجیتالی، نمایشگر مرکزی اطلاعاتی-سرگرمی و نمایشگر سرنشین جلو استفاده می‌کند. در اینجا حتی غربیلک فرمان هم یکسان است و فقط لوگوی رنو جایگزین جیلی شده است. ازجملهٔ دیگر ویژگی‌های داخلی گرند کولئوس می‌توان به سیستم صوتی Bose با ۱۰ بلندگو، نمایشگر هدآپ ۲۵.۶ اینچی واقعیت افزوده، اندروید اتو و اپل کارپلی بی‌سیم، کنترل تهویهٔ سه منطقه‌ای، اینترنت ۵G و دستیار صوتی اشاره کرد.

رنو همچنین نسخهٔ اسپریت آلپین را هم برای این کراس‌اوور ارائه می‌کند که از رینگ‌های ۲۰ اینچی منحصربه‌فرد، جلوپنجرهٔ متفاوت، سقف مشکی‌رنگ و تودوزی آلکانترا بهره می‌برد. در این کراس‌اوور جدید مجموعهٔ کاملی از تکنولوژی‌های ایمنی مثل کروز کنترل تطبیقی، دستیار حفظ حرکت میان خطوط، سیستم تغییر خط خودکار، دستیار پارک هندزفری و... هم وجود خواهد داشت.

گرند کولئوس با پیشرانه‌های بنزینی و پلاگین‌هیبریدی عرضه می‌شود که هردو متعلق به جیلی هستند. نسخه بنزینی از یک پیشرانه ۲ لیتری چهار سیلندر توربو با ۲۱۰ اسب بخار قدرت و ۳۲۵ نیوتن متر گشتاور استفاده می‌کند و در نسخه‌های محرک جلو و چهارچرخ محرک قابل خریداری است. انتقال نیروی در نسخهٔ محرک جلو توسط یک گیربکس هفت سرعته دوکلاچه صورت می‌گیرد درحالی‌که در نسخهٔ چهارچرخ محرک این کار توسط یک گیربکس هشت سرعته اتوماتیک انجام می‌شود.

نسخه پلاگین‌هیبریدی به یک پیشرانه ۱.۵ لیتری به همراه یک موتور الکتریکی و گیربکس سه سرعته اتوماتیک DHT مجهز است که مجموعاً ۲۴۵ اسب بخار قدرت تولید می‌کند. رنو گرند کولئوس پاییز پیش رو راهی نمایندگی‌های فروش در کره جنوبی خواهد شد.

تازه‌های علمی

ماهواره «GOES-U» پرتاب شد

ماهواره هواشناسی «GOES-U» با موشک «فالکون هوی» راهی مدار زمین شد.

به گزارش ایسنا، یک ماهواره هواشناسی نسل بعدی، سیاره خود را پشت سر گذاشته است. به نقل از اسپیس، پس از نگرانی از عدم همکاری آب‌وهوا نهایتا روز ۲۵ ژوئن یک فرصت عالی برای پرتاب ماهواره «GOES-U» فراهم شد که چهارمین و آخرین عضو از مجموعه ماهواره‌های «GOES-R» متعلق به «سازمان ملی اقیانوسی و جوی آمریکا»(NOAA) است. ماهواره GOES-U در ساعت ۱۷:۲۶ به وقت منطقه زمانی شرقی با موشک «فالکون هوی»(Falcon Heavy) شرکت «اسپیس‌ایکس»(SpaceX) از مجتمع پرتاب ۳۹A در «مرکز فضایی کندی» ناسا بلند شد. «داکوتا اسمیت»(Dakota Smith) تحلیلگر ماهواره در «مؤسسه تحقیقات علوم محیطی»(CIRES) پس از تماشای پرتاب گفت: وقتی پرتاب آغاز شد، من توانستم انتشار آدرنالین را احساس کنم. بی‌نظیر بود. برنامه GOES بخش بزرگی از حرفه و اشتیاق من بوده و دیدن ماهواره‌ای که بالا می‌رود و می‌دانم که تصاویر شگفت‌انگیزی را به زمین خواهد فرستاد، سرگرمی من بوده است. من به کار کردن در این ماموریت ادامه خواهم داد. موشک فالکون هوی از سه مرحله تشکیل شده است که به هم متصل شده‌اند. مرحله دوم و محموله در قسمت بالای تقویت‌کننده مرکزی قرار می‌گیرند. دو تقویت‌کننده جانبی موشک فالکون هوی طبق برنامه حدود هشت دقیقه پس از بلند شدن به زمین بازگشتند و در «پایگاه نیروی فضایی کیپ کاناورال» در مجاورت مرکز فضایی کندی به زمین بازگشتند. این بازگشت به خانه، یک تجربه کاملا متفاوت را نسبت به پرتاب‌های سه ماهواره همتای GOES-U برای تماشاگران به وجود آورد. سه ماهواره دیگر با موشک «اطلس ۵»(Atlas V) متعلق به شرکت «ائتلاف پرتاب و راه‌اندازی»(ULA) به فضا پرتاب شدند که قابل استفاده مجدد نیست. تقویت‌کننده مرکزی سالم به زمین بازنگشت زیرا پرتاب نیاز داشت که این تقویت‌کننده بخش زیادی از سوخت خود را بسوزاند. بدین ترتیب، سوخت آن برای بازگشت کنترل‌شده به زمین کافی نبود. مرحله بالایی فالکون هوی حدود ۴.۵ ساعت پس از پرتاب، ماهواره GOES-U را طبق برنامه در مدار زمین‌ایستا واقع در فاصله ۳۵۷۸۵ کیلومتری بالای زمین مستقر کرد. در آن مرحله، نام ماهواره به «GOES-۱۹» تغییر یافت.

«اپ»تکار

هواوی فروش پیورا ۷۰ با قابلیت ارسال پیام ماهواره‌ای را آغاز کرد

هواوی فروش نسخه‌ی ویژه‌ای از گوشی پیورا ۷۰ را با قابلیت ارسال پیام ماهواره‌ای در چین آغاز کرد. هواوی ۳۰ فروردین پرچمداران جدیدش را معرفی کرد. نسخه‌های پرو، پرو پلاس و اولترای پیورا ۷۰ به‌صورت استاندارد از ارتباط ماهواره‌ای پشتیبانی می‌کنند؛ اما این قابلیت تاکنون در نسخه‌ی عادی غایب بود.

هواوی با عرضه‌ی نسخه‌ی ویژه‌ی پیورا ۷۰ با قابلیت ارسال پیام ماهواره‌ای، خریدارانی را که می‌خواهند هزینه‌ی کمتری پرداخت کنند هدف قرار داده است. جدیدترین گوشی هواوی با نام کامل Satellite SMS Edition ۷۰ Pura به‌فروش می‌رسد.

براساس اطلاعات رسمی، قیمت نسخه‌ی ویژه‌ی پیورا ۷۰ در کانفیگ پایه با ۱۲ گیگابایت رم و ۲۵۶ گیگابایت فضای ذخیره‌سازی حدود ۷۷۰ دلار است. قیمت گوشی در قوی‌ترین کانفیگ با ۱۲ گیگابایت رم و یک ترابایت فضای ذخیره‌سازی به حدود ۹۷۷ دلار می‌رسد.

به‌جز پشتیبانی از ارتباط ماهواره‌ای، سایر مشخصات پیورا ۷۰ با نسخه‌ی عادی یکسان است. پیورا ۷۰ دوربین اصلی ۵۰ مگاپیکسلی با لرزش‌گیر اپتیکال و دیافراگم متغیر (از f/۱,۴ تا f/۴,۰) دارد و از دوربین فوق عریض ۱۳ مگاپیکسلی و دوربین پریسکوپی تله‌فوتو ۱۲ مگاپیکسلی با بزرگ‌نمایی پنج برابری استفاده می‌کند. گوشی‌های سری پیورا ۷۰ هواوی از پردازنده‌ی کرین ۹۰۱۰ استفاده می‌کنند.

ظرفیت باتری گوشی ریلمی ۱۳ پرو پلاس مشخص شد

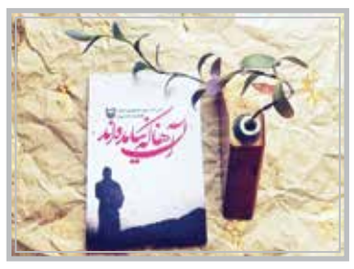
اطلاعات قرارگرفته در دیتابیس FCC، ظرفیت باتری گوشی ریلمی ۱۳ پرو پلاس را نشان می‌دهد.

شرکت ریلمی قصد دارد در آینده گوشی ریلمی ۱۳ پرو پلاس را رونمایی کند. این گوشی اکنون در دیتابیس FCC مشاهده شده است.

طبق اطلاعات فاش‌شده در شبکه‌ی اجتماعی ایکس، ظرفیت باتری گوشی ریلمی مدل ۱۳ پرو پلاس ۵,۰۵۰ میلی‌آمپرساعت خواهد بود و احتمالاً با حداکثر توان ۸۰ وات شارژ خواهد شد. گوشی نام‌برده با سیستم‌عامل اندروید ۱۴ به‌فروش خواهد رسید. ابعاد جدیدترین گوشی ریلمی ۱۶۱,۳۴ در ۷۳,۹۱ در ۸,۲۳ میلی‌متر خواهند بود و وزن آن بسته به جنس بدنه (احتمالاً شیشه یا چرم مصنوعی) ۱۸۷ یا ۱۹۰ گرم خواهد بود. در مقایسه با ریلمی ۱۲ پرو پلاس، ضخامت و وزن دستگاه کاهش پیدا کرده‌اند و ظرفیت باتری نیز ۵۰ میلی‌آمپرساعت افزایش پیدا کرده است. اطلاعات دقیقی از تاریخ رونمایی و قیمت گوشی جدید ریلمی ۱۳ پرو پلاس در دسترس نیست و باید دید که آیا این محصول می‌تواند در بین بهترین گوشی های میان رده بازار قرار بگیرد یا خیر.

ویترین

عرضه قصه «آن ها که نیامده‌اند» در کتابفروشی‌ها



کتاب «آن ها که نیامده اند» نوشته فاطمه حسینی فر توسط انتشارات سوره مهر منتشر و راهی بازار نشر شد.

به گزارش خبرنگار مهر، کتاب «آن ها که نیامده اند» نوشته فاطمه حسینی فر به تازگی توسط انتشارات سوره مهر منتشر و روانه بازار نشر شده است. این کتاب روایتی از زندگی شهید غلام عباس کمیلی است. کتاب «آن ها که نیامده اند» با نگاهی به زندگینامه شهید کمیلی داستان زندگی او از تولد تا شهادت را برای مخاطب روایت می‌کند. غلام‌عباس کمیلی در خانواده متمولی به دنیا می‌آید و برای تحصیل در رشته پزشکی، راهی فیلیپین می‌شود اما همزمان با اوج‌گیری انقلاب و تظاهرات مردمی علیه رژیم پهلوی با به تصرف درآوردن سفارت ایران در فیلیپین از این کشور اخراج می‌شود و پس از پیروزی انقلاب اسلامی به جبهه‌های جنگ می‌رود. شهید غلام‌عباس کمیلی سرانجام در ۱۶ آذر ۱۳۵۹ در منطقه سوسنگرد به شهادت می‌رسد. نویسنده در نگارش این اثر با قرار دادن هر مقطع زمانی زندگی شهید در فصول کوتاه و انتخاب عنوان موجز و تأثیرگذار سعی کرده به همه جوانب حیات شهید بپردازد.

حسینی‌فر در مقدمه این کتاب نوشته است:

«قبل از من، کسانی درباره زندگی شهید تحقیق کرده بودند و مصاحبه‌های مختلفی راجع به او با افراد گوناگون ضبط شده بود. حوزه هنری انقلاب اسلامی بیرجند حاصل همه پژوهش‌های انجام شده را به صورتِ فایل متنی و صوتی در اختیارم گذاشته بود و حالا این من بودم که باید همه مطالب را می‌خواندم و می‌شنیدم. شنیدن فایل‌های صوتی کار دشوارتری بود؛ زیرا با شنیدن بعضی از مصاحبه‌ها و حس گوینده‌ها هنگام مصاحبه، نظرم درباره خیلی از جملات نوشته شده تغییر می‌کرد. اما لازم بود؛ چون اگرچه پیاده‌سازی مصاحبه‌ها خیلی دقیق انجام شده بود، حس و حال گفت و گو از روی فایل صوتی بهتر درک می‌شد. بعد از خواندن و شنیدن تمام فایل‌ها، تقریباً مشخص شد که در کدام قسمت از داستان زندگی، نیاز به اطلاعات بیشتری دارم. به همین دلیل، مجبور شدم دنبال افرادی بگردم که م توانستند در چیدن این جورچین، اطلاعات کامل‌تری به من بدهند که این کار هم انجام شد و زمینه گفت و گوی حضوری یا تلفنی با دوستان و خانواده غلام‌عباس برایم میسر شد.»

این کتاب با ۱۱۲ صفحه، شمارگان ۳۰۰ نسخه و قیمت ۹۴ هزار تومان عرضه شده است.